



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Dirección General de Estudios de Posgrado

Facultad de Medicina

Unidad de Posgrado

Efectividad de un programa educativo de enfermería en el nivel de conocimientos sobre el autocuidado del adulto mayor saludable en el Centro de Salud Chacra Colorada Red Lima ciudad Disa V Lima ciudad 2012

TESIS

Para optar el Grado Académico de Magíster en Salud Pública

AUTOR

Regina Nancy NALVARTE TORRES

ASESOR

Dra. Juana Virginia Esperanza ECHEANDÍA ARELLANO

Lima, Perú

2016

Referencia bibliográfica

Nalvarte R. Efectividad de un programa educativo de enfermería en el nivel de conocimientos sobre el autocuidado del adulto mayor saludable en el Centro de Salud Chakra Colorada Red Lima ciudad Disa V Lima ciudad 2012 [Tesis de maestría]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Unidad de Posgrado; 2016.

1261

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

Fundada en 1551

FACULTAD DE MEDICINA

UNIDAD DE POST GRADO

**ACTA DE GRADO DE MAGISTER**

En la ciudad de Lima, a los 23 días del mes de agosto del año dos mil dieciséis siendo las 15.00 horas, bajo la presidencia del Mg. Héctor Pereyra Zaldívar con la asistencia de los Profesores: Mg. Sonia Shishido Sánchez (Miembro), Mg. Ronald Espíritu Ayala Mendiivil (Miembro) Mg. Lupe Antonieta Vargas Zafra (Miembro) y la Dra. Juana Virginia Echeandia Arellano (Asesora); la postulante al Grado de Magíster en Salud Pública, Bachiller en Enfermería, procedió a hacer la exposición y defensa pública de su tesis Titulada: **"EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA EDUCATIVO DE ENFERMERÍA EN EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE EL AUTOCUIDADO DEL ADULTO MAYOR SALUDABLE EN EL CENTRO DE SALUD CHACRA COLORADA RED LIMA CIUDAD DISA V LIMA CIUDAD 2012"** con el fin de optar el Grado Académico de Magíster en Salud Pública. Concluida la exposición, se procedió a la evaluación correspondiente, habiendo obtenido la siguiente calificación **C BUENO 15**. A continuación el Presidente del Jurado recomienda a la Facultad de Medicina se le otorgue el Grado Académico de **MAGÍSTER EN SALUD PÚBLICA** a la postulante **REGINA NANCY NALVARTE TORRES**.

Se extiende la presente Acta en tres originales y siendo las 16:30 horas, se da por concluido el acto académico de sustentación.

Mg. Sonia Shishido Sánchez
Profesora Auxiliar
Miembro

Mg. Ronald Espíritu Ayala Mendiivil
Profesor Auxiliar
Miembro

Mg. Lupe Antonieta Vargas Zafra
Profesora Auxiliar
Miembro

Dra. Juana Virginia Echeandia Arellano
Profesora Principal
Asesora

Mg. Héctor Pereyra Zaldívar
Profesor Asociado
Presidente

RESUMEN

El **Objetivo** fue determinar la efectividad de un programa educativo de enfermería en el nivel de conocimientos sobre el Autocuidado del Adulto Mayor Saludable en el Centro de Salud. "Chacra Colorada". **Material y Método.** El estudio fue de nivel aplicativo, tipo cuantitativo, método cuasi experimental de un solo diseño. La población estuvo conformada por 33 adultos mayores. La técnica fue la entrevista y el instrumento un cuestionario aplicado antes y después del programa educativo. **Resultados.** Antes del programa educativo 52% (17) conocen y 48% (16) no conocen; después del programa educativo, 100% (33) conocen; al aplicar la prueba t de Student con un nivel de significación de $\alpha: 0.05$, se obtuvo un t. calc. $9.56 >$ que t.tab 1.69 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de estudio. **Conclusiones.** El Programa Educativo de Enfermería es efectivo, ya que luego de la aplicación de la prueba t de student se obtuvo un t cal de 9.56 y un t tab de 1.69, por lo que se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis del estudio; es decir es efectivo el programa educativo en el nivel de conocimientos del adulto mayor sobre el autocuidado. Antes de la aplicación del programa el mayor porcentaje conoce que la frecuencia con la que un adulto mayor sano debe consumir carnes blancas de 2 a 3 veces por semana y que es importante que realice actividad física; seguido de un porcentaje considerable que no conocen que el autocuidado consiste en la práctica de actividades que una persona realiza por su propia voluntad para mantener la vida, salud y bienestar. Después de la aplicación del programa, la mayoría conoce que debe realizar su higiene corporal y que debe realizar manualidades durante su tiempo libre, mientras que un mínimo porcentaje no conoce que debe consumir carnes blancas de 2 a 3 veces por semana y que la participación en talleres, asociaciones u otros grupos sociales le permite mantener el tiempo ocupado.

PALABRAS CLAVES: Efectividad de un Programa Educativo, Conocimientos sobre el autocuidado y adulto mayor saludable.

SUMMARY

The **objective** was to determine the effectiveness of an educational nursing program at the level of knowledge of the Self Care of the Elderly Healthy Health Center. "Chacra Colorada". **Material and method.** The study was applicative level, quantitative, quasi-experimental method of a single design. The population consisted of 33 seniors. The technique was the interview and the instrument a questionnaire before and after the educational program. **Results.** Before 52% (17) they know and 48% (16) do not know; after the educational program, 100% (33) known, applying the Student t test with a significance level of $\alpha: 0.05$ At was obtained. $\text{calc. } 9.56 > 1.69 \text{ t.tab}$ so that the null hypothesis is rejected and the study hypothesis is accepted. **Conclusions.** The Education Nursing Program is effective, since after applying the Student t test one t lime 9.56 and t tab of 1.69 was obtained, so that the null hypothesis is rejected and accepts the hypothesis of the study; ie the education program is effective in the level of knowledge of the elderly on self-care. Before implementing the program the highest percentage known that the frequency with which an older adult should consume healthy white meat 2 to 3 times a week and it is important to do physical activity; followed by a sizeable percentage who do not know that self-care is the practice of activities that a person performs his own accord to sustain life, health and welfare. After the implementation of the program, most know that they must do their personal hygiene and should make crafts during their free time while a small percentage do not know you should eat white meat 2 to 3 times a week and that participation in workshops , associations or other social groups allows you to keep busy time.

KEYWORDS: Effectiveness of an educational program, Knowledge of self and elderly healthy.